

ביטויים ומילים שמביעים חוסר בטחון

כדי להימנע מדיבור שמשקף חוסר ביטחון, מומלץ להימנע משימוש במילים ובביטויים הבאים:

1. **ממלאי החללים** – 'אהה', 'הממ..'
במקום זה - לשתוק כמה שניות, לנשום עמוק, לעבד.

2. **סיום משפט כשאלה**
במקום זה - לבקש. למשל: במקום - אתה יכול להעביר את המלח? ← תעביר את המלח בבקשה.

3. **מחלישי ההצהרה** – כמו, רק, בעצם, בערך,
כאילו, למעשה
במקום זה - להוריד ולדבר בצורה ישירה.

4. **ביטול עצמי** – אני שונאת להפריע, אולי אני טועה
במקום זה - להשתלב בשיחה בצורה חיובית

5. **שפה גסה וקללות**
במקום זה - פשוט אל.